



新北市桃子腳非營利幼兒園（委託財團法人三之三生命教育基金會辦理）9 月份菜單

日期	早 點	水果	午 餐					午 點	餐點類別檢核表			
			主食	主 菜	副菜一	副菜二	湯		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	蔥花捲、燕麥奶	當季水果	豬肉炒米苔目、有機蔬菜、蒜頭雞湯					麵線糊	✓	✓	✓	✓
2	克林姆麵包、糙米漿	當季水果	糙白米飯	照燒雞丁	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	蘿蔔貢丸湯	香菇雞肉粥	✓	✓	✓	✓
3	果醬吐司、豆漿	當季水果	糙白米飯	豆腐燒肉	馬鈴薯炒鮮菇	有機蔬菜	海帶芽湯	紅豆西米露	✓	✓	✓	✓
4	乳酪捲、黑豆奶	當季水果	糙白米飯	豆角炒肉絲	螞蟻上樹	有機蔬菜	香菇雞湯	大滷麵	✓	✓	✓	✓
5	鮮果穀片、鮮奶	當季水果	雞肉麵疙瘩、有機蔬菜、魚丸湯					南瓜小米粥	✓	✓	✓	✓
8	地瓜穀物饅頭、糙米漿	當季水果	火腿蛋炒飯、有機蔬菜、玉米濃湯					蔥抓餅	✓	✓	✓	✓
9	鹹奶油菠蘿、黑豆奶	當季水果	糙白米飯	糖醋雞柳	綜合滷味	有機蔬菜	番茄蔬菜湯	豆花	✓	✓	✓	✓
10	原味穀片、鮮奶	當季水果	糙白米飯	橙汁魚片	白菜滷	有機蔬菜	味噌豆腐湯	鮮肉包	✓	✓	✓	✓
11	奶皇包、燕麥奶	當季水果	糙白米飯	冬瓜燒肉	彩蔬鮮菇	有機蔬菜	冬瓜湯	鹹粥	✓	✓	✓	✓
12	葡萄乾吐司、豆漿	當季水果	雞肉燉飯、有機蔬菜、南瓜濃湯					慶生會	✓	✓	✓	✓
15	什錦穀片、鮮奶	當季水果	香菇肉羹麵、有機蔬菜、馬鈴薯蘿蔔湯					玉米雞蛋粥	✓	✓	✓	✓
16	紅豆麵包、黑豆奶	當季水果	糙白米飯	台式滷肉	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	羅宋湯	愛玉甜湯	✓	✓	✓	✓
17	火腿玉米麵包、燕麥奶	當季水果	糙白米飯	馬鈴薯燉雞柳	毛豆炒百頁	有機蔬菜	肉羹湯	蔬菜麵線	✓	✓	✓	✓
18	芝麻包、豆漿	當季水果	糙白米飯	三色雞丁	花生炒麵筋	有機蔬菜	金針湯	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
19	鹹奶油餐包、糙米漿	當季水果	鮮蔬義大利麵、有機蔬菜、什錦菇湯					鍋燒麵	✓	✓	✓	✓
22	鮮奶饅頭、黑豆奶	當季水果	美味水餃、有機蔬菜、味噌魚片湯					高纖蔬菜粥	✓	✓	✓	✓
23	豆沙包、糙米漿	當季水果	糙白米飯	紅燒魚片	絞肉豆腐	有機蔬菜	玉米蘿蔔湯	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
24	玉米穀片、鮮奶	當季水果	糙白米飯	瓜仔肉	涼拌四季豆	有機蔬菜	大黃瓜湯	綜合鮮菇粥	✓	✓	✓	✓
25	小菠蘿麵包、燕麥奶	當季水果	糙白米飯	蔥爆雞丁	青椒炒干絲	有機蔬菜	貢丸冬瓜湯	八寶粥	✓	✓	✓	✓
26	全麥吐司、豆漿	當季水果	番茄湯泡飯、有機蔬菜、紫菜蛋花湯					皮蛋瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
30	黑糖雙色饅頭、紫米漿	當季水果	糙白米飯	洋蔥炒雞柳	蘿蔔炒麵輪	有機蔬菜	菠菜豆腐湯	肉羹冬粉湯	✓	✓	✓	✓



本公告為 9 月當月菜單，因應時令本園所保有最後修改調整之權利